**Bosquejo de Repaso de la Lección de la Escuela Sabática**

2do. Trimestre de 2010
*"Salud y sanidad"*

**Lección 12**
19 de Junio de 2010

# La nutrición en la Biblia

---

**Pensamiento Clave**: Las frutas, los granos, las semillas, y los vegetales preparados de una manera sana e ingeridos moderadamente pueden contribuir en la prevención de las enfermedades, promoviendo la salud y la felicidad.

1. Permite que un voluntario lea Génesis 1:29, 30.

   a. Comparte con los miembros de tu clase algunas breves reflexiones en cuanto a la idea fundamental de estos versículos.
   b. ¿De qué modo las arañas, las mantis religiosas, las moscas y los mosquitos encajan en esta declaración de las Escrituras?
   c. Aplicación Personal: ¿Por qué algunas personas dicen que necesitamos comer carne y productos lácteos para obtener bastantes proteínas, calcio y otras cosas esenciales que el cuerpo necesita? ¿Es una declaración correcta?
   d. Estudio de Caso: Uno de tus familiares te comenta: *"Si suponemos que los insectos, las aves, los animales y el hombre fueran vegetarianos, ¿por qué muchos predadores tienen dientes caninos y pasan la vida entera comiendo a otros animales?"* ¿Cómo le responderíamos a nuestro pariente?

2. Solicita que un miembro de la clase 1 Timoteo 4:1-5.

   a. Comparte con la clase algunos momentos de reflexión en cuanto a la idea principal de estos versículos bíblicos.
   b. ¿Quién prohibiría casarse y ordenaría al pueblo que se abstuviera de alimento? Esto suena como un sistema religioso. Comparte tus opiniones al respecto.
      - (Nota: Un sistema sacerdotal monástico con abstinencia de carne los viernes, cuaresma, etc., pareciera encajar con esta advertencia de la Escritura).
   c. Aplicación Personal: ¿Conoces a alguien que come cualquier cosa que quiera? ¿Eso siempre significa que su salud no sea tan buena como la de otros que comen alimentos más saludables? Comparte tus experiencias al respecto. ¿Es esa la única razón para no comer comidas no saludables?
   d. Estudio de Caso: Uno de tus amigos declara: *"Observa. Este texto dice que todos los alimentos son limpios, con tal de que oremos sobre ellos. Así que las reglas sobre alimentación del Nuevo Testamento son dife-*

*rentes que las del Antiguo Testamento"*. ¿Cómo le responderíamos a este amigo?

3. Designa a un hermano para que lea 1 Corintios 10:31.

   a. Comparte algunos instantes de reflexión en relación al significado de este pasaje de la Biblia.
   b. ¿De qué modo nuestra dieta glorifica, o no, a Dios? Comparte tus reflexiones al respecto.
      - Lee Filipenses 3:18, 19. Comparte tus pensamientos al respecto.
   c. Aplicación Personal: ¿Sientes que tienes tu apetito bajo control en todas las cosas? ¿Qué podría mejorarse? ¿Consideras como pecado la pérdida de control en el apetito?
   d. Estudio de Caso: Uno de tus vecinos te comenta: *"Conozco una familia de tu iglesia que parecieran ser buenos cristianos, pero son tan obesos... Comen tanto que yo no veo mucho autocontrol o dominio propio en ese estilo de vida"*. ¿Cómo le responderías a tu vecino?

4. Solicita que un voluntario Génesis 1:26-30.

   a. Comparte brevemente algunas ideas en relación al significado de este pasaje de la Biblia.
   b. ¿Cuán naturales deberían ser nuestras comidas? ¿Afectan negativamente en algo el cocinar, hornear, o hervir los alimentos que comemos?
   c. Aplicación Personal: ¿De qué modo deberíamos tratar con los "manjares"? ¿Deberíamos abstenernos totalmente de postres sustanciosos, bebidas gaseosas, bocadillos entre las comidas todo el tiempo, o usarlos con moderación? ¿Cuánto es demasiado?
   d. Estudio de Caso: Piensa en alguna persona que necesite escuchar el mensaje de la lección de esta semana. Cuéntale al resto de tu clase como harías para compartir esta lección con dicha persona durante esta semana.

"*La verdad que no se practica, que no se comunica, pierde su poder vivificante, su fuerza curativa. Su beneficio no puede conservarse sino compartiéndolo*" (Elena G. de White; *Ministerio de curación*, p. 108).

© *Michael Fracker*
Traducción: *Rolando D. Chuquimia* ©



**RECURSOS ESCUELA SABATICA**
**http://ar.groups.yahoo.com/group/Comentarios_EscuelaSabatica**
**http://groups.google.com.ar/group/escuela-sabatica?hl=es**
Suscríbase para recibir gratuitamente recursos para la Escuela Sabática

Recursos Escuela Sabática ©